

СОГЛАСОВАНО:
Директор МАОУ "СОШ №3 им.И.И.Рынского"
С.В. Дектерёва

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 37C4C7A121C1E611EFD9778E083D7A43AC4811AF

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

Неделя: 2
День: 4

МЕНЮ

16 Января 2025

Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества								Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Завтрак - Льготники 1-4 классов (Льготники)																					
тк546	Помидор свежий (порционно)	60	34	.55	.	1.9	12	8.4	12	15.6	.54	145	.	.	10	.04	.02	15	.	.04	.
тк., 35 (январь)	Картофельное пюре..	150,	33	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.05	.	.06
тк403	Кнели из птицы запеченные с соусом	110	70	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01
тк10.	Чай с сахаром	200	5	.	.	10	41	5	4	8	1
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	7.25	37.5	11.75	.95	78	1.4	1.8	8	.04	.08	.	.	.98	.
.	Печенье	50	25	1.88	2.5	18.5	104	42	20.4	13.2	.12	3307	.02	.	.	.24	.
	Итого		173	19.57	21.52	71.49	533.5	210.49	246.66	150.79	4.85	848	8.9	12.24	101.4	.37	.21	44.45	20.36	3.07	.07
Обед - Льготники 1-4 классов (Льготники)																					
тк 11	Винегрет овощной	60	25	.84	5.06	3.96	73.8	22.8	11.4	21.6	.	124.5	1.8	.15	10.14	.01	.02	9	.15	.	.
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	52	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	.	.65
тк 142	Сосиска отварная	50	49	8.83	18.6	5	153
тк 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	28	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	.	.26	.	.02	.	20	.01
.	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4.13	.55	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03
.	Кисломолочный напиток кефир	200	38	2.5	2.5	8	45	180	21	142	.	292	18	4	40	.06	.34	1.4	1.5	.	.
	Итого		202	26.5	37.62	102.07	743.3	263.5	298.7	668.85	6.81	987	30.68	11.16	95.14	.47	.47	1.83	20.42	20.8	.66
	Всего за день		375	46.07	59.14	173.56	1276.8	473.99	545.36	119.64	11.66	1835	39.58	23.4	196.54	.84	.68	46.28	40.78	23.87	.73
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Льготники)																					
тк546	Помидор свежий (порционно)	80	40	.74	.14	2.54	16	11.2	16	20.8	.73	193.34	.54	.26	13.34	.06	.02	20	.	.06	.
тк403	Кнели из птицы запеченные с соусом	110	70	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01
тк., 35 (январь)	Картофельное пюре..	180,	35	3.05	6.53	24.36	158.4	56.4	34.8	102	1.32	565.2	5.28	.29	31.68	.17	.07	6	.06	.24	.07
тк10.	Чай с сахаром	200	5	.	.	10	41	5	4	8	1
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	50	6	2.8	.56	17.6	89	.08	14.42	.	.75	23.5	1.96	.
.	Печенье	50	25	1.88	2.5	18.5	104	42	20.4	13.2	.12	3307	.02	.	.	.24	.
	Итого		181	21.67	22.93	83.54	601.4	215.52	218.96	161.24	5.01	112.54	8.52	10.55	102.02	14.8	.14	67.96	101.36	4.11	.08
Обед - Льготники 5-11 классов (Льготники)																					
тк 11	Винегрет овощной	100	30	1.4	8.43	6.6	123	38	19	36	1	207.5	3	.25	16.9	.02	.03	15	.25	.	.
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	52	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	.	.65
тк 142	Сосиска отварная	50	49	8.83	18.6	5	153
тк №2	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	7.12	6.73	44.8	255.78	15.84	216	504	4.84	271.5	5.9	3	41.7	.31	.01	5	24	.64	.
.	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4.13	.55	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03
.	Кисломолочный напиток кефир	200	38	2.5	2.5	8	45	180	21	142	.	292	18	4	40	.06	.34	1.4	1.5	.	.
	Итого		195	26.58	42.11	112.18	818.13	281.34	342	767.25	8.02	1115.5	35.88	10.72	143.4	.53	.49	25.93	31.4	1.44	.65
	Всего за день		376	48.25	65.04	195.72	1419.53	496.86	600.99	28.49	13.03	2028.04	44.4	21.27	245.42	15.33	.63	93.89	132.76	5.55	.73

Заведующий
столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

Корниенко Ирина Ивановна

(расшифровка подписи)

СОГЛАСОВАНО:
Директор МАОУ "СОШ №3 им.И.И.Рынского"
С.В. Дектерёва

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 37C4C7A121C1E611EFD9778E083D7A43AC4811AF

Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)

Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

Неделя: 2
День: 4

МЕНЮ
16 Января 2025
Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества								Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D
				5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Обед - Льготники 1-4 классов (доп.инф. 2 смена)																					
тк 11	Винегрет овощной	60	25	.84	5.06	3.96	73.8	22.8	11.4	21.6	.	124.5	1.8	.15	10.14	.01	.02	9	.15	-	-
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	52	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65
тк 142	Сосиска отварная	50	49	8.83	18.6	5	153	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	28	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	.	.26	-	.02	-	20	.01
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4.13	.55	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03	-	-	-	-
-	Кисломолочный напиток кефир	200	38	2.5	2.5	8	45	180	21	142	.	292	18	4	40	.06	.34	1.4	1.5	-	-
	Итого		202	26.5	37.62	102.07	743.3	263.5	298.7	668.85	6.81	987	30.68	11.16	95.14	.47	.47	1.83	20.42	20.8	.66
Полдник - Льготники 1-4 классов (доп.инф. 2 смена)																					
тк546	Помидор свежий (порционно)	60	34	.55	.	1.9	12	8.4	12	15.6	.54	145	.	.	10	.04	.02	15	-	.04	-
тк., 35 (январь)	Картофельное пюре..	150,	33	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.05	.	.06
тк403	Кнели из птицы запеченные с соусом	110	70	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01
тк10.	Чай с сахаром	200	5	.	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	7.25	37.5	11.75	.95	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
-	Печенье	50	25	1.88	2.5	18.5	104	42	20.4	13.2	.12	33	-	-	-	.07	.02	-	-	.24	-
	Итого		173	19.57	21.52	71.49	533.5	210.49	246.66	150.79	4.85	848	8.9	12.24	101.4	.37	.21	44.45	20.36	3.07	.07
	Всего за день		375	46.07	59.14	173.56	1276.8	473.99	545.36	319.64	11.66	1835	39.58	23.4	196.54	.84	.68	46.28	40.78	23.87	.73
Обед - Льготники 5-11 классов (доп.инф. 2 смена)																					
тк 11	Винегрет овощной	100	30	1.4	8.43	6.6	123	38	19	36	1	207.5	3	.25	16.9	.02	.03	15	.25	-	-
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	52	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65
тк 142	Сосиска отварная	50	49	8.83	18.6	5	153	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк №2	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	7.12	6.73	44.8	255.78	15.84	216	504	4.84	271.5	5.9	3	41.7	.31	.01	5	24	.64	-
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	10	4.13	.55	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03	-	-	-	-
-	Кисломолочный напиток кефир	200	38	2.5	2.5	8	45	180	21	142	.	292	18	4	40	.06	.34	1.4	1.5	-	-
	Итого		195	26.58	42.11	112.16	818.13	281.34	342	767.25	8.02	1115.5	35.88	10.72	143.4	.53	.49	25.93	31.4	1.44	.65
Полдник - Льготники 5-11 классов (доп.инф. 2 смена)																					
тк546	Помидор свежий (порционно)	80	40	.74	.14	2.54	16	11.2	16	20.8	.73	193.34	.54	.26	13.34	.06	.02	20	-	.06	-
тк403	Кнели из птицы запеченные с соусом	110	70	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01
тк., 35 (январь)	Картофельное пюре..	180,	35	3.05	6.53	24.36	158.4	56.4	34.8	102	1.32	565.2	5.28	.29	31.68	.17	.07	6	.06	.24	.07
тк10.	Чай с сахаром	200	5	.	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	50	6	2.8	.56	17.6	89	.08	-	-	-	-	-	-	-	14.42	-	75	23.5	1.96	-
-	Печенье	50	25	1.88	2.5	18.5	104	42	20.4	13.2	.12	33	-	-	-	.07	.02	-	-	.24	-
	Итого		181	21.67	22.93	83.54	601.4	215.52	218.96	161.24	5.01	912.54	8.52	10.55	102.02	14.8	.14	67.96	101.36	4.11	.08
	Всего за день		376	48.25	65.04	195.72	1419.53	496.86	660.96	328.49	13.03	2028.04	44.4	21.27	245.42	15.33	.63	93.89	132.76	5.55	.73

Заведующий
столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121016

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

Корниенко Ирина Ивановна

(расшифровка подписи)

СОГЛАСОВАНО:
Директор МАОУ "СОШ №3 им.И.И.Рынского"
С.В. Дектерёва

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 37C4C7A121C1E611EFD9778E083D7A43AC4811AF
Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

Неделя: 2
День: 4

МЕНЮ
16 Января 2025

Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества								Витамины					
				Б	Ж	У		Ca мг	Mg мг	P мг	Fe мг	K мг	I мг	Se мг	F мг	B1 мг	B2 мг	C мг	A мг	E мкг	D мкг
Обед - Льготники 1-4 классов (доп.инф. аллергия на пшен. муку+яйца 2 смена)																					
тк 11	Винегрет овощной	60	25	.84	5.06	3.96	73.8	22.8	11.4	21.6	.	124.5	1.8	.15	10.14	.01	.02	9	.15	-	-
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	52	2.6	5.3	24.3	126	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65
тк 142	Сосиска отварная	50	49	8.83	18.6	5	153	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	28	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	.	.26	-	.02	-	20	.01
тк 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	38	5.4	5	11	111	240	30	196	-	-	-	-	-	.08	-	2	-	-	-
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	4.66	1.4	.28	10.25	51.5	7.25	37.5	11.75	.95	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
	Итого		196.66	26.67	39.85	91.84	745.45	317.25	279.2	717.35	6.48	691.2	10.18	5.86	49.14	.45	.18	.33	21.02	20.98	.66
Полдник - Льготники 1-4 классов (доп.инф. аллергия на пшен. муку+яйца 2 смена)																					
тк546	Помидор свежий (порционно)	60	34	.55	.	1.9	12	8.4	12	15.6	.54	145	.	.	10	.04	.02	15	-	.04	-
тк., 35 (январь)	Картофельное пюре..	150,	33	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.05	.	.06
тк 22/1 (январь)	Птица отварная	100	70.54	13.7	10	19	215	30	25	50	-	195	3.52	11.2	11440	.06	.12	21	24	-	-
тк10.	Чай с сахаром	200	5	.	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	7.25	37.5	11.75	.95	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-
	Итого		148.54	18.39	15.82	61.45	451.5	97.65	107.5	170.35	3.59	889	9.72	13.44	1484.4	.28	.28	24.05	41	1.22	.06
	Всего за день		345.2	45.06	55.67	153.29	1196.95	414.9	386.7	887.7	10.07	1580.2	19.9	19.31	1533.54	.73	.46	24.38	62.02	22.2	.72

Заведующий
столовой
(должность)

(подпись)

О.В. Илюшкина
(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания
(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (расшифровка подписи)
Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

Корниенко Ирина Ивановна

СОГЛАСОВАНО:
 Директор МАОУ "СОШ №3 им.И.И.Рынского"
 С.В. Дектерёва

УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова
 ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 37C4C7A121C1E611EFD9778E083D7A43AC4811AF
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
 Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

Неделя: 2
 День: 4

МЕНЮ

16 Января 2025

Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб, коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества								Витамины					
				Б	Ж	У		Ca мг	Mg мг	P мг	Fe мг	K мг	I мг	Se мг	F мг	B1 мг	B2 мг	C мг	A мг	E МКг	D МКг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Завтрак - Льготники 5-11 классов (доп.инф. аллергия мол.изд +колбаса)																					
тк546	Помидор свежий (порционно)	100	40	.92	.17	3.17	20	14	20	26	.91	241.68	.68	.32	16.68	.08	.03	25	-	.08	-
тк 22/1 (январь)	Птица отварная	100	70	13.7	10	19	215	30	25	50	-	195	3.52	11.2	11440	.06	.12	21	24	-	-
тк 72 (сентябрь)	Картофель отварной. с маслом растит.	150	33	3	7.65	23.85	181.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк10.	Чай с сахаром	200	5	-	-	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	50	6	2.8	.56	17.6	89	.08	-	-	-	-	-	-	-	14.42	-	75	23.5	1.96	-
	Итого		154	20.62	18.38	73.62	546.5	49.08	49	84	2.61	436.68	4.2	11.52	1456.68	4.56	.15	47.5	121	2.04	0
Обед - Льготники 5-11 классов (доп.инф. аллергия мол.изд +колбаса)																					
тк 11	Винегрет овощной	100	30	1.4	8.43	6.6	123	38	19	36	1	207.5	3	.25	16.9	.02	.03	15	.25	-	-
тк122	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	84.06	11.04	16.23	13.52	244	10	14	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	-	2.9	-	4	-
ТТК 82 (март)	Суп крестьянский с крупой с мясом	250/15	52	2.6	5.3	14.3	116	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
тк №2	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	7.12	6.73	44.8	255.78	15.84	216	504	4.84	271.5	5.9	3	41.7	.31	.01	5	24	.64	-
-	Хлеб пшеничный + хлеб северный(с лам)	25/25	9.3	4.13	.55	23.48	115.35	13.5	66	17.25	1.08	81.8	3.9	3.1	14	.08	.03	-	-	-	-
-	Сок с трубочкой	200	44	-	-	25	80.8	14	14	8	2.8	300	-	-	-	.02	-	4	-	-	-
	Итого		235.36	26.29	37.24	127.7	934.93	91.34	329	583.65	11.22	1042.8	23.6	7.89	100.2	.48	.17	24.25	26.9	5.44	0
	Всего за день		389.36	46.91	55.62	201.32	1481.43	140.42	378	767.65	13.83	479.48	27.8	19.41	1556.88	5.04	.32	71.75	147.9	7.48	0

Заведующий
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

В.Ю. Лыкова
 ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 37C4C7A121C1E611EFD9778E083D7A43AC4811AF
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
 Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

Неделя: 2
 День: 4

МЕНЮ
 16 Января 2025

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб./коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества										Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D		
								мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22		
Завтрак - Учащиеся 1-4 классов (завтрак 1-4 классы)																							
ттк546	Помидор свежий (порционно)	60	34	.55	.	3.8	12	8.4	12	15.6	.54	145	.	.	10	.04	.02	15	-	.04	-		
ттк403	Кнели из птицы запеченные с соусом	110	70	13	12.9	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01		
тк35	Картофельное пюре	150	33	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.04	.	.06		
тк10.	Чай с сахаром	200	5	.	.	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	-	-	-	-	7.21	-	37.5	11.75	.98	-		
.	Печенье	50	24	1.88	1.5	25	154	42	20.4	13.2	.12	33	-	-	-	.07	.02	-	-	.24	-		
	Итого		172	19.57	20.22	79.89	583.5	203.28	209.16	139.04	4.25	770	7.5	10.44	93.4	7.54	.13	56.19	57.86	3.07	.07		
Завтрак - Учащиеся 1-4 классов (доп.инф. аллергия на птицу)																							
ттк546	Помидор свежий (порционно)	60	34	.55	.	3.8	12	8.4	12	15.6	.54	145	.	.	10	.04	.02	15	-	.04	-		
ттк122	Тефтели из говядины с соусом томатным	130	70	11.04	16.23	13.52	244	10	14	118.4	1.5	182	10.8	1.54	27.6	.05	.	2.9	-	4	-		
тк35	Картофельное пюре	150	33	2.54	5.44	20.3	132	47	29	85	1.1	471	4.4	.24	26.4	.14	.06	5	.04	.	.06		
тк10.	Чай с сахаром	200	5	.	.	10	41	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	-	-	-	-	7.21	-	37.5	11.75	.98	-		
.	Печенье	50	24	1.88	1.5	25	154	42	20.4	13.2	.12	33	-	-	-	.07	.02	-	-	.24	-		
	Итого		172	17.61	23.55	82.87	634.5	112.44	79.4	240.2	4.61	831	15.6	1.98	64	7.51	.	11.79	60.4	5.46	.06		
Обед - Учащиеся 1-4 классов (вторая смена) (доп.инф. 2 смена)																							
тк 11	Винегрет овощной	60	25	.84	5.09	6.96	73.8	22.8	11.4	21.6	.	124.5	1.8	.15	10.14	.01	.02	9	.15	-	-		
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	275	55	2.6	3.3	14.3	116	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65		
ттк 142,	Сосиска отварная с соусом томатным	150	105	11.4	12.2	20	205	36	20	162	2	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
тк 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	25	5.5	4.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	.	.26	-	.02	-	20	.01		
ттк 232	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	38	2.5	2.5	12	85	240	30	196	-	-	-	-	-	.08	-	2	-	-	-		
.	хлеб "Пшеничный" йодированный	25	5	1.98	.	12.2	58.5	.03	-	-	.01	23.3	.	1.5	3.63	.28	5	.01	-	.28	-		
ТТК 243	Хлеб северный (с ламинариями)	25	5	2.15	.36	12.3	56.86	7.25	37.5	11.75	.95	23	25	1.5	3.63	.04	.01	-	-	-	-		
	Итого		258	26.97	28.26	115.09	825.31	353.28	299.2	379.35	8.49	859.5	34.58	7.06	48.4	.83	5.11	.33	21.03	20.28	.66		
Завтрак - Учащиеся 5-11 классов (завтрак 5-11 классы)																							
тк 5	Макаронные изделия отварные	150	15	4.5	2.8	28.71	191	13.2	8.4	43.2	.96	102	1.32	-	20.24	.07	.03	-	.04	.96	.07		
ттк 403/1/,	Кнели из птицы запеченные с соусом.	90	45.35	13	13.2	12.54	215	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01		
ттк 136,	Напиток кофейный с молоком	200	18.15	1.5	1.3	22.4	107	161	7	45	1	168	9	2	20	.02	.15	1	.01	-	-		
ттк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	4.5	1.4	.28	8.8	44.5	.04	-	-	.35	-	-	-	-	7.21	-	37.5	11.75	.98	-		
	Итого		83	20.4	17.58	72.45	557.5	275.08	159.16	105.44	3.45	391	13.02	12	97.24	7.38	.21	56.2	38.86	3.55	.08		

Заведующий
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D12101 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (расшифровка подписи)
 Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025

Корниенко Ирина Ивановна

СОГЛАСОВАНО:
 Директор МАОУ "СОШ №3 им.И.И.Рынского"
 С.В. Дектерёва

УТВЕРЖДАЮ:
 Генеральный директор ООО "Академия питания"

В.Ю. Лыкова
 ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 37C4C7A121C1E611EFD9778E083D7A43AC4811AF
 Кому выдан: ЛЫКОВА ВАЛЕНТИНА ЮРЬЕВНА (ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР)
 Действителен: с 24.12.2024 по 24.03.2026

Неделя: 2
 День: 4

МЕНЮ

16 Января 2025

Диета-сахарный диабет-Льготники

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход гр./мл.	Цена руб,коп	Пищевые вещ-ва,			ЭЦ (кilo калории)	Минеральные вещества									Витамины					
				Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	K	I	Se	F	B1	B2	C	A	E	D	
								мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
Завтрак - Льготники 5-11 классов (Диета-сахарный диабет-Льготники), сахарный диабет																						
тк546	Помидор свежий (порционно)	100	40	.92	.17	3.17	20	14	20	26	.	241.67	.67	.33	16.67	.07	.03	25	-	.07	-	
тк403	Кнели из птицы запеченные с соусом	110	72	13	13.2	10.54	193	100.84	143.76	17.24	1.14	121	2.7	10	57	.08	.03	.36	44.4	1.61	.01	
тк72 (январь)	Картофель отварной с зеленью	180/2	41.6	3.48	5.64	28.2	277.2	25.2	36	94.8	1.44	565.2	5.28	.29	31.68	.18	.06	25.2	.05	.24	.78	
тк10-	Чай без сахара	200	3	.	.	.05	1.47	5	4	8	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
тк243	Хлеб ржаной дарницкий	25	6	1.4	.28	10.25	51.5	.04	-	-	.35	78	1.4	1.8	8	.04	.08	-	-	.98	-	
	Итого		162.6	19	19.29	52.21	543.17	145.08	203.76	146.04	4.83	1005.87	10.05	12.42	113.35	.37	.	44.45	50.56	2.9	.79	
Обед - Льготники 5-11 классов (Диета-сахарный диабет-Льготники), сахарный диабет																						
тк 11. сен.	Винегрет овощной	100	30	2.4	8.1	6.6	133	38	19	36	1	207.5	3	.25	16.9	.02	.04	15	.25	-	-	
тк82	Суп крестьянский с крупой , мясом и сметаной	250/15/10	55	2.6	5.3	14.3	116	34	20	68	.	262.7	5.08	.37	30.8	.06	.08	10	.18	-	.65	
тк 142.	Сосиска отварная с соусом томатным	100	49	11.4	18.2	20	266	36	20	162	2	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
тк 2	Каша гречневая рассыпчатая	150	25	7.6	5.61	37.33	230.15	13.2	180.3	420	4.03	226	1.9	3.54	.	.26	-	.02	-	20	.01	
тк10	Хлеб дарницкий + хлеб северный(с ламин)	20/20	10	2.76	.	15	78.6	10.8	52.8	13.8	.86	-	-	-	-	.06	-	.01	-	-	-	
-	Кисломолочный напиток кефир	200	38	2.5	2.5	8	45	180	21	142	.	292	18	4	40	.06	.34	1.4	1.5	-	-	
	Итого		207	29.26	40.11	101.23	868.75	312	313.1	841.8	8.99	1188.2	27.98	8.16	87.9	.56	.46	1.93	26.43	20	.66	
	Всего за день		369.6	48.26	59.4	153.44	1411.92	457.08	516.86	987.84	13.822	194.07	38.03	20.58	201.25	.93	.66	46.38	76.99	22.9	1.45	

Заведующий
 столовой

(должность)

О.В. Илюшкина

(расшифровка подписи)

Технолог отдела питания

(должность)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН

ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Корниенко Ирина Ивановна

Сертификат: 9376E2CF5BC9663AF811F70940F4877D3D121018 (расшифровка подписи)

Кому выдан: Корниенко Ирина Ивановна (

Действителен: с 05.11.2024 по 31.08.2025